



**DEPARTAMENTO DE JOGOS**

**Disciplina: Voleibol I**

**Código: EFJ**

**Créditos: 03**

**Carga Horária Total: 60h**

***PLANO DE CURSO***

**EMENTA:**

Vivência orientada e estudo reflexivo das metodologias para a prática educativa do voleibol.

**OBJETIVOS:**

- Avaliar a importância do voleibol no processo desportivo educacional
- Dirigir, arbitrar e organizar eventos a nível escolar

***Programa:***

1. Histórico
2. Voleibol recreativo
3. Voleibol nas diferentes escolas
4. Regras oficiais, súmula e arbitragem
5. Tática básica elementar
6. Princípios básicos da preparação física aplicados ao voleibol

**METODOLOGIA:**

Aprendizagem reflexiva e consciente, trazendo benefícios na relação professor-alunos num crescimento gradativo e atuante. Utilização de material didático pedagógico, áudio visual tais como: retroprojeto, slides, vídeos, etc.

**AVALIAÇÃO:**

Questionário escrito para os alunos responderem sobre a avaliação do conteúdo e aproveitamento do curso. Auto avaliação do professor.



**BIBLIOGRAFIA:**

BRACKE, Toyoda e outros – Manual do Treinador

Rio de Janeiro, Palestra

VARGAS – La preparación física en voleibol

Madrid,

BARRETO, Hamilton – Voleibol: fundamentos e circuitos

Edição de Ouro

BACHN, E M – 1000 Exercices et jeux de volley-ball

Paris, Vigot

SOTIR, N – El balonvolea

Barcelon, Ed Hispano Europea

GUILHERME, Adolfo – Voleibol à beira da quadra